

## Conseils généraux

**Activité physique** : elle est possible et souhaitable en fonction de vos possibilités. L'activité sportive, possible, est à discuter avec votre médecin traitant

**Alimentation** : sauf contre-indication ou régime particulier, elle doit être variée et équilibrée. Évitez les aliments trop chauds, trop froids ou irritants qui peuvent favoriser aphtes et mucite

**Tabac** : il peut favoriser la survenue des aphtes. Si vous souhaitez engager un sevrage tabagique parlez-en votre médecin

**Alcool** : les boissons alcoolisées ne sont la plupart du temps pas interdites pendant l'intercure où elles doivent être consommées avec modération. Évitez les pendant la cure en particulier pendant les jours où vous êtes chez vous avec votre infuseur

**Exposition solaire** : à éviter avec la plupart des protocoles en particulier ceux comportant du 5FU. Il n'y a pas de protection particulière à envisager dans les conditions habituelles d'exposition. En cas d'ensevelissement important: protection par le port de chapeaux et de vêtements « couvrants » et utilisation de crèmes protectrices d'indice solaire 50

**Conduite automobile** : l'acuité visuelle et la concentration peuvent être altérées par la chimiothérapie et les médicaments qui l'accompagnent (anxiolytiques, anti-émétiques...) Évitez de conduire pendant la cure. Pendant l'intercure, d'autres médicaments, en particuliers certains antalgiques peuvent représenter une contre-indication à la conduite. Parlez-en à votre médecin

**Fièvre** : prenez votre température devant toute sensation de fièvre ou de froid inexplicé ou en cas de frissons et informez-en votre médecin le jour même

**Chambre implantable** : Surveillez régulièrement la peau en regard de la chambre et informez l'équipe médicale en cas de rougeur et/ou de gonflement, de même qu'en cas de douleur.

**Vaccinations** : la plupart des vaccinations et rappels sont autorisés, voire recommandés pendant votre chimiothérapie. Cependant certaines sont formellement contre-indiquées. Questionnez votre médecin traitant

**Grossesse** : une contraception efficace doit impérativement être utilisée pendant toute la durée de votre chimiothérapie. Prévenez rapidement votre médecin en cas de survenue d'une grossesse

**Interactions médicamenteuses** : informez votre médecin traitant de votre protocole de chimiothérapie (par cette fiche et votre carnet de liaison éventuel) et inversement, informez l'équipe médicale de tout nouveau traitement mis en place par votre médecin traitant. Ne prenez pas, sans avis médical préalable, de médicaments disponibles librement et sans ordonnance

# VOTRE CHIMIOTHÉRAPIE

## VOTRE PROTOCOLE DE CHIMIOTHÉRAPIE SE NOMME GEMZAR

Il se déroule sur 30 minutes

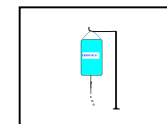
Il comporte l'administration d'une molécule de chimiothérapie

Il est associé à des procédures contre les nausées et vomissements

GEMCITABINE

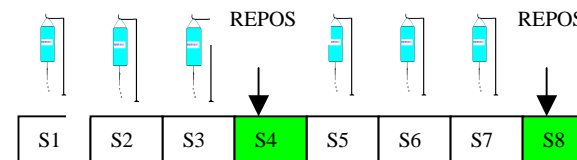


En perfusions courtes pendant 2 heures en hôpital de jour



La perfusion est administrée toutes les semaines. Le cycle comporte 3 semaines de traitement puis une semaine de repos.

### Cycle de chimiothérapie



**Rythme** : Une cure de 30 minutes est administrée trois semaines sur quatre : J1 = J7  
**Surveillance** : examen clinique et prise de sang avant chaque cure

## Principaux EFFETS SECONDAIRES AIGUS

**Nausées-vomissements** : Très rares traitement préventif vous a été administré pendant votre cure Evitez les aliments gras et lourds, les plats fortement odorants et l'alcool. Prévenez votre médecin en cas de nausées sévères et/ou persistantes ou de vomissement malgré le traitement

**Les effets secondaires** (ou *indésirables*) sont propres à chaque molécule. Ils sont également fonction de la dose, du rythme d'administration et des médicaments associés. Il existe par ailleurs une variabilité entre les individus de telle sorte qu'ils sont difficilement prévisibles pour une personne.

**Il existe de nombreuses possibilités pour les prévenir ou les traiter** : il est important que vous soyez informé des effets secondaires potentiels, de leurs mesures de prévention et de la conduite à tenir en cas de survenue. Cette information vous permet de participer « activement » à votre prise en charge et d'accéder à une meilleure maîtrise de l'évènement. De même, il est essentiel d'informer précisément l'équipe médicale de tout ce qu'il vous arrive. Ainsi, il vous est recommandé de noter soigneusement l'apparition de tout symptôme inhabituel, éventuellement sur votre carnet de liaison.

**Les symptômes énumérés ci-dessous sont les plus communément rencontrés. Vous ne les aurez pas forcément voire pas du tout.** Cela ne signifie pas que le traitement est inefficace.

A l'inverse, vous pouvez ressentir des signes et symptômes non décrits ici, et qui parfois pourront être imputés au traitement : Dans tous les cas, **signalez tout ce qui est inhabituel au médecin lors de chaque nouvelle cure.**

**Votre médecin traitant** est une personne clef dans votre parcours de soins. Il pourra vous soutenir, vous accompagner, vous soulager. Il vous connaît bien et réside probablement près de votre domicile, ce qui est très précieux dans certaines situations. Il connaît également notre équipe et aura la possibilité de nous contacter si nécessaire. Il sera régulièrement tenu informé de votre parcours de soins personnalisé et pourra participer à votre propre information.

Cette fiche d'information, rédigée par le comité de rédaction du site Internet de la FFCD est destinée à servir de support aux explications données par votre médecin sur la toxicité des protocoles. Volontairement simple, elle peut contenir des imprécisions ou des omissions.



### **Principaux EFFETS SECONDAIRES CUMULATIFS**

**Toxicité rénale** : informez votre médecin en cas de présence de sang dans les urines et/ou d'un gonflement de vos pieds et chevilles. Ces symptômes sont en général sans gravité. L'insuffisance rénale est exceptionnelle.

**Anomalies des prises de sang** : augmentation possible des transaminases. Sera dépistée par les contrôles sanguins réguliers. Le plus souvent sans gravité